◆問い合わせ先
健康介護支援課　健康づくり班
☎52−9282

５月３１日は世界禁煙デー

たばこの煙から子どもたちを守ろう

毎年５月３１日は、世界保健機関（ＷＨＯ）が定める世界禁煙デーです。厚生労働省では、世界禁煙デーから始まる１週間を禁煙週間（５月３１日～６月６日）と定めて、普及啓発を行っています。

たばこは何からできている？

たばこは、「たばこ」という植物の葉を乾燥させて刻んで、紙で包んだものです。

たばこの煙には３０００種類以上の化学物質が含まれています。その中には、ニコチンや一酸化炭素、発がん性物質など、あなたの体に有害な物質が２００種類以上も含まれていると言われています。

たばこを吸うとどうなるの？

たばこに含まれるたくさんの化学物質は身体にとって害となる可能性があります。

①多くの病気にかかるリスクが高まる

たばこを吸い続けると、がん・脳梗塞・心臓病・肺疾患・歯周病・消化器潰瘍など、さまざまな病気にかかる危険性が高まります。

②次の世代の命に関わる

男性の生殖機能障害、女性の不妊症・流産・早産など、子どもを授かりにくい体になる恐れがあります。また、低出生体重児や乳幼児突然死症候群（予兆も病気もなく、乳幼児が突然死亡する原因不明の病気）を起こす恐れがあります。

③美容の大敵

タールの沈着で歯の黄ばみや黒ずみが引き起こされ、歯周病による口臭が発生します。ビタミンＣ（抗酸化作用）の喪失により免疫力の低下や肌の新陳代謝が低下し、肌荒れ・しみ・しわ・そばかすなどができやすくなります。

望まない受動喫煙をなくそう！

自分はたばこを吸っていなくても、他人が吸っているたばこの煙を吸い込んでしまうことを受動喫煙といいます。受動喫煙によって、自分は吸わなくても、知らないうちに体への大きな害を受けてしまうのです。最近では、たばこを吸い終わっても、衣服や息、家具などに残った煙（臭い）も受動喫煙の原因になると言われています（三次喫煙）。

望まない受動喫煙を防止するため、施設等の類型ごとに喫煙を定めた『健康増進法の一部を改正する法律』が**令和２年４月１日**より全面施行されました。子どもなど20歳未満の方や患者等が主として利用する施設や屋外について、受動喫煙対策が一層徹底されました。学校・病院・児童福祉施設および行政機関の庁舎等の第一種施設については、原則敷地内禁煙となり、それ以外の飲食店やオフィス・事業所などの第二種施設については、原則屋内禁煙となりました。

受動喫煙はご勘弁！

©高知県 高知県たばこ対策啓発キャラクター スワンキー

禁煙治療に保険が使える医療機関があります

たばこに含まれるニコチンには強い依存性があり、脳に作用することで、たばこを吸わずにはいられない状態になります。禁煙できないのは、意思の弱さではありません。適切な医療と支援で治すことができます。保険適応による禁煙治療は、喫煙本数や喫煙年数など条件があり、診察時に医師が確認します。種類や内容は様々で、医師の適切なアドバイスを受けることができます。

課名・電話番号・所在	係名・部隊名	主な事務	役職	氏　　名
消防長				宮地義之
消防次長				公文徹朗
消防本部消防課 土佐山田町百石町 ２丁目３番51号 ☎53−4179			課長	楠目晃（兼）
	総務班	消防の人事・組織・予算・経理、 消防施設の建設・管理、職員の福利厚生	班長	榊正幸（兼係長） 藤本宏樹 山中一睦(兼)・千頭誉佳(兼) 岡伸充(兼)・奥村隆斗(兼) 門脇正岳(兼)・森澤雅浩(兼)
	予防班	消防（防火）対象物の検査・措置、危険物の製造所等の検査・許認可、火災調査	班長	石川拓男　（兼係長） 寺石誉章　・槙尾カ一 都築豊和(兼)・松岡大介(兼) 山本達也(兼)・鍋島安明(兼) 黒瀬勇介(兼)・小原誠(兼)
	警防班	警防計画、機械器具の維持管理、通信、地理水利、消防団の庶務、消防職団員の訓練礼式、救急・救助等警防業務	班長 係長	楠目晃（兼） 平慎二 井上信敬(兼)・高橋健太(兼) 和手久(兼)・横山淳一(兼) 西雄斗(兼)・片木大介(兼)
	消防本部付			菅野浩（9月末まで消防学校）
消防署 土佐山田町百石町 ２丁目３番51号 ☎53−4176			署長	五百蔵哲雄
	第１消防隊	火災・救急・救助 車両・機械器具の点検整備 地理水利、通信の点検・調査 訓練の立案・実施 救急講習の実施	隊長 副隊長 係長 分隊長	山中一睦 竹平健造 岡林敬(兼分隊長) 井上信敬 松岡大介・和手久・岸本瑛司 山本達也・奥村隆斗・冨本晴紀
	第２消防隊		隊長 副隊長 分隊長	千頭誉佳 渡辺佐彦 門脇正岳・北村司 横山淳一・鍋島安明・黒瀬勇介 西雄斗・合田周平・山西晴丈
	第３消防隊		隊長 副隊長 分隊長	岡伸充 新谷祐治 高橋健太・都築豊和 森澤雅浩・小原誠・片木大介 中屋偉富・谷本歩夢
消防署香北分署 香北町根須４０番地７ ☎59−3200			分署長	野口正一
	第１分隊	火災・救急・救助 車両・機械器具の点検整備 地理水利、通信の点検・調査 訓練の立案・実施 救急講習の実施	隊長 副隊長	坂本勇治 松岡健太郎 山中康寛・岩下瑞洋・森田紘史
	第２分隊		隊長 副隊長	森賢一 和田寛 光明修司・久保晋吾・寺井隼太
	第３分隊		隊長 副隊長	岡田匡史 前田智 沖野亮一・小松祐介・金子堅太郎

◆派遣・出向等

派遣・出向先	氏名
高知県庁総務部デジタル政策課	浜田尚幸
南国・香南・香美租税債権管理機構	鈴木康晴
高知県後期高齢者医療広域連合	宮地勇輝
高知県教育センター教職研修部	岡林利恵
高知県消防防災航空センター	吉村匠

９ページからこのページまで取り外して、職員名簿としてご利用いただけます。